निंदा नहीं!

आशीष रायचूर

मुद्रण और वितरण: ऑल पीपल्स चर्च एवं विशव सुसमाचार सम्पर्क, बंगलोर

प्रथम संस्करण मार्च 2016

अनुवादक: डॉर्थी शरदकान्त थॉमस

प्रूफ रीडिंग: शरदकान्त थॉमस

मुख पृष्ठ एवं ग्राफिक डिज़ाइन: बिजो थॉमस

Contact Information:
All Peoples Church & World Outreach
#319, 2nd Floor, 7th Main,HRBR Layout
2nd Block, Kalyan Nagar, Bangalore
Karnataka, India

Phone: +91-80-25452617 / +91-80-65970617
Email: contact@apcwo.org
Website: www.apcwo.org

इस्तेमाल किए गए बाइबल के संदर्भ पवित्र बाइबल से लिए गए हैं।

निशुल्क वितरण हेतु

इस पुस्तक का विनामूल्य वितरण ऑल पीपल्स चर्च के सदस्यों , सहयोगियों और मित्रों के आर्थिक अनुदानों के द्वरा संभव हुआ है। यदि आपने इस निःशुल्क पुस्तक के द्वारा आशीष पाई है , तो हम आपको निमंत्रित करते हैं कि ऑल पीपल्स चर्च की निःशुल्क प्रकाशन सामग्री की छपाई और वितरण में सहायता करने हेतु आर्थिक रूप से हमें योगदान दें. धन्यवाद !

(Hindi Book— Shhh! No gossip!)

निंदा नहीं!

विषयसूचि

1. निंदा 1

निंदा क्या है 2

कौन–सी बात को निंदा नहीं कहा जा सकता 3

2. सामान्य परिस्थितियां जहां निंदा होती है **7**

अ. समाज में होने वाली निंदा 7

ब. काम के स्थान में निंदा 11

क. सामाजिक मिडिया द्वारा निंदा 12

3. निंदा के नकारात्मक परिणाम **13**

1. निंदा से कोई लाभ नहीं होता, और समय बर्बाद होता है 13
2. निंदा भरोसे को नष्ट करती है, क्योंकि व्यक्ति की प्रतिष्ठा बिगड़ जाती है और चरित्र का कत्ल हो जाता है 13
3. निंदा व्यक्ति को भावनात्मक रूप से प्रभावित करती है 14
4. निंदा रिश्तों को नष्ट करती है 15

4 निंदा के विरोध में परमेश्वर की गंभीर दृष्टि **17**

5. निंदा से कैसे निपटें **20**

अ. निंदा के ऊपर उठना 20

ब. यदि सम्भव हो तो प्रेम के साथ मुकाबला करें 21

क. उसे मिट जाने दें 22

ड. प्रार्थना करें, क्षमा करें और छोड़ दें 22

हम अपने समाज को निंदा मुक्त क्षेत्र बनाएं 23

6. प्रार्थना **24**

1. अंगीकार और पश्चाताप की प्रार्थना 24
2. उन लोगों के लिए प्रार्थना जिन्होंने अतीत में निंदा से चोट खाई है 24
3. उन लोगों के लिए प्रार्थना जो ऐसी परिस्थितियों में फंसे है जहां निंदा हो रही है 25

1

निंदा

बाइबल में, भजन 15 जो कि दाऊद का भजन है, उस व्यक्ति का वर्णन करता है जो परमेश्वर के साथ वार्तालाप कर सकता है, उसकी उपस्थिति में रहता है और परमेश्वर की आराधना करता है।

भजन 15:1—5

[1]हे परमेश्वर तेरे तम्बू में कौन रहेगा? तेरे पवित्र पर्वत पर कौन बसने पाएगा? [2]वह जो खराई से चलता और धर्म के काम करता है, और हृदय से सच बोलता है; [3]जो अपनी जीभ से निन्दा नहीं करता और न अपने मित्र की बुराई करता, और न अपने पड़ोसी की निन्दा सुनता है; [4]वह जिसकी दृष्टि में निकम्मा मनुष्य तुच्छ है, और जो यहोवा के डरवैयों का आदर करता हैं, जो शपथ खाकर बदलता नहीं चाहे हानि उठाना पड़े; [5]जो अपना रुपया ब्याज पर नहीं देता और निर्दोष की हानि करने के लिये घूस नहीं लेता है। जो कोई ऐसी चाल चलता है वह कभी न डगमगाएगा।

इस भजन में, ऐसे व्यक्ति व्यक्ति की कई विशेषताओं पर ज़ोर दिया गया है, परंतु हम तीसरे वचन पर ध्यान देंगे :

भजन 15:3

जो अपनी जीभ से निन्दा नहीं करता और न अपने मित्र की बुराई करता, और न अपने पड़ोसी की निन्दा सुनता है।

भजन 15:3 (न्यू लिविंग अनुवाद)

जो लोग निन्दा करने से या अपने पड़ोसी को हानि पहुंचाने से या अपने मित्र की बुराई करने से इन्कार करते हैं।

निंदा, चुगली, दूसरों की बुराई करना उन पापों में से एक है, जिन्हें हम अक्सर हल्का जानते हैं, परंतु वास्तव में उनसे परमेश्वर के साथ हमारे

रिश्ते पर असर पड़ता है। ये पाप परमेश्वर के साथ हमारे वार्तालाप और आराधना में और उसकी उपस्थिति के हमारे अनुभव में रुकावट लाते हैं।

निंदा क्या है

'निंदा' शब्द की शब्दकोश में जो परिभाषा दी गई है, वह है "सहज या अनियंत्रित वार्तालाप या अन्य लोगों के विषय में समाचार, जिसमें वे बातें शामिल होती हैं जो सच ही हैं, ऐसा नहीं कहा जा सकता।" (ऑक्सफर्ड ॲडवान्स्ड लर्नर्स डिक्शनरी)। निंदा या गप्प व्यर्थ बकवास या अफवाह होती है, विशेष तौर पर दूसरों के निजी या व्यक्तिगत मामलों के संबंध में। यह दूसरों के विषय में गलत जानकारी फैलाना होता है।

इस पुस्तक में हम निम्नलिखित शब्दों का अदलबदल कर उपयोग करेंगे : गप्प, चुगली, निंदा, पीठ पीछे बोलना, कबवाद, प्रलाप, यद्यपि प्रत्येक के अर्थ में थोड़ा सा फर्क है। एन के जे व्ही में निंदा करने वाले, गप करने वाले, बकवादी के लिए 'चुगलखोर' शब्द का उपयोग किया गया है। हमारी समझ के लिए, हम इनमें से कुछ शब्दों की परिभाषा प्रस्तुत करेंगे, यद्यपि हम उन्हें अदलबदल कर उपयोग करेंगे।

निंदा करना जो व्यक्ति उपस्थित नहीं है उसके पीठ पीछे दुर्भावनापूर्ण बातें कहना है; बचाव का कोई अवसर न देते हुए उसकी प्रतिष्ठा को हानि पहुंचाना है। जैसा कि यह शब्द वर्णन करता है, पीठ पीछे काटना या दंश करना।

पीठ में छूरा भोंकना किसी के साथ मित्रता का बहाना बनाते हुए धोखे से उसके कामों की आलोचना करना।

झूठी निंदा किसी के विषय में झूठा, नकारात्मक, द्वेषपूर्ण और मानहानिकारक बयान या समाचार।

चुगलखोर जो दूसरों की समस्याओं को सुलझाने के लिए नहीं, परंतु उनको परेशानी में डालने के लिए उनकी गलतियों के बारें में दूसरों को बताता है।

निंदा नहीं!

पुराने नियम में उसके लोगों के मध्य सामुदायिक जीवन के संबंध निर्देश देते समय, परमेश्वर ने कहा :

निर्गमन 23:1
झूठी बात न फैलाना। अन्यायी साक्षी होकर दुष्ट का साथ न देना।

लैव्यव्यवस्था 19:16अ (न्यू लिविंग अनुवाद)
लुतरा बनकर अपने लोगों में न फिरा करना।

दुभार्ग्यवश, कुछ ही लोग निंदा या चुगलखोरी का आनंद उठाते हैं और इस कारण उसमें मशगुल रहते हैं। कुछ लोगों के लिए दूसरों की बुराई करना 'स्वादिष्ट भोजन' के समान होता है। वे दूसरों की निंदा करने और उसके विषय में बातें करने से आनंदित होते हैं। उन्हें लगता है कि एक घंटा या उससे अधिक समय बुराई करने में बिताने के बाद, वे सन्तुष्ट हो गए हैं। अफवाहें व्यक्ति के हृदय में डूब जाती है। हम सोचते हैं कि यह बस थोड़ी हृदय को हल्का करने वाली बाद है जो कोई मायने नहीं रखती। परंतु जिस बात के विषय में निंदा की गई है, उसका असर लोगों पर होता है।

नीतिवचन 18:8 (नीतिवचन 26:22 के समान)
कानाफूसी करनेवाले के वचन स्वादिष्ट भोजन की नाई लगते हैं; वे पेट में पच जाते हैं।

कौनसी बात को निंदा नहीं कहा जा सकता

कभी कभी हमें दूसरों के बारे में बोलना पड़ता है, उनके गुणों के विषय में, कमज़ोरियों के विषय में बोलना पड़ता है। परंतु, यदि अच्छे उद्देश्य से और बिना ईर्ष्या के किया जाए, तो इन्हें निंदा नहीं कहा जा सकता। कुछ उदाहरणों पर विचार करें।

1. बिना किसी को नीचा दिखाए उसके विषय में सहज बोलना/ उसके बारे में जानकारी देना

उदाहरण के तौर पर, आप किसी के साथ मिलने का अनुभव बांट सकते हैं और बता सकते हैं कि आपका समय अच्छा बिता या नहीं, उस मुलाकात का परिणाम सकारात्मक था या नकारात्मक और आप उससे संबंधित अन्य बातों के विषय में चर्चा करते हैं। ऐसी परिस्थितियों में, आप किसी भी व्यक्ति को नीचा दिखाने का उद्देश्य न रखते हुए ईमानदारी के साथ अपना मूल्यांकन प्रस्तुत करते हैं।

2. किसी अनुभव के विषय में बताना जिसमें दूसरे ने क्या कहा या किया यह बताना शामिल है

फिर से, यहां पर आप विस्तारपूर्वक बातें कह सकते हैं, परंतु यह आप उसमें सहभागी लोगों को हानि पहुंचाने के उद्देश्य से नहीं करते।

3. व्यक्ति या परिस्थिति का मूल्यांकन या किसी अनुभव का पेशेवर मूल्यांकन

कार्यस्थल की परिस्थितियों में ऐसा नियमित रूप से होता है। उदाहरण के तौर पर, जब आप किसी उम्मीदवार के साक्षात्कार के विषय में रिपोर्ट प्रस्तुत करते हैं, उसके कार्य संपादन का मूल्यांकन करते हैं; मुश्किल परिस्थिति का हल निकालते हैं, आदि। इन संदर्भों में, आप ईमानदारी के साथ बल और कमज़ोरी की, भले और बुरे की चर्चा करते हैं, ताकि वास्तविक चित्र प्रस्तुत किया जा सके।

4. किसी मामले का हल ढूंढ़ने का प्रयास करना

ऐसी परिस्थितियों में जहां पर संघर्ष या समस्याएं रही हैं, वहां हम उन घटनाओं और बातों का पुनर्रीक्षण करते हैं जो घटित हुई ताकि उचित निष्कर्ष निकाला जा सके या अगली कार्यवाही के लिए सही निर्णय लिया जा सके। पवित्र शास्त्र हमें ये निर्देश देता है : *"यदि तेरा भाई तेरे विरोध में अपराध करे, तो अकेले में जाकर उससे बातचीत करके उसे समझा। यदि वह तेरी सुने, तो तू ने अपने भाई को पा लिया। "और*

यदि वह न सुने, तो एक या दो व्यक्तियों को अपने साथ ले जा, ताकि हर एक बात दो या तीन गवाहों के मुंह से ठहराई जाए। "और यदि वह उनकी भी न माने, तो कलीसिया से कह दे, परन्तु यदि वह कलीसिया की भी न माने, तो तू उसे अन्यजाति और महसूल लेनेवाले के समान जान।" (मत्ती 18:15—17)

5. जब हम ऐसे मामले को संबोधित करते हैं जहां पर गलत काम या नैतिक पतन होता है

ऐसी परिस्थितियों में, हमें निश्चित रूप से उन सारे लोगों के साथ जो उसमें सहभागी होते हैं, संबंधित मामले को संबोधित करना पड़ता है, जो गलत हुआ उसके विषय में बोलना पड़ता है और सुधार एवं पुनर्स्थापन का प्रयास करना पड़ता है। जो गलत हुआ उसे छिपाने का हम प्रयास नहीं करते, परंतु हम उस मामले को वैसे ही संबोधित करते हैं जैसे गलातियों की पत्री 6:1 में बताया गया है : *"हे भाइयो, यदि कोई मनुष्य किसी अपराध में पकड़ा भी जाए, तो तुम जो आत्मिक हो, नम्रता के साथ ऐसे को संभालो, और अपनी भी चौकसी रखो कि तुम भी परीक्षा में न पड़ो।"* पाप और गलत काम को कबूल करना होगा और उसके लिए पश्चाताप करना होगा, जैसा कि याकूब 5:16 में बताया गया है : *"इसलिए तुम आपस में एक दूसरे के सामने अपने अपने पापों को मान लो; और एक दूसरे के लिए प्रार्थना करो, जिससे चंगे हो जाओ; धर्मी जन की प्रार्थना के प्रभाव से बहुत कुछ हो सकता है।"*

6. गलत काम को उजागर करते समय ताकि लोग गुमराह न हों

ऐसा समय हो सकता है जब हमें सार्वजनिक तौर पर चिंताजनक विषयों को संबोंधित करना पड़ता है और गलत काम और गलत काम करने वालों को उजागर करना पड़ता है। हम ऐसा चेतावनी के उद्देश्य से और दूसरों को बचाने के लिए करते हैं ताकि वे हानि और खतरे से बच सकें। हमारे हृदय गलत करने वालों के प्रति दया और तरस से भरे हैं, फिर भी हम दूसरों की भलाई के लिए उनके गलत कामों को उजागर करते हैं। *"और अन्धकार के निष्फल कामों में सहभागी न हो, वरन् उन पर उलाहना दो"* (इफिसियों 5:11)।

"पाप करनेवालों को सब के सामने समझा दे, ताकि और लोग भी डरें" (1 तीमुथियुस 5:20)।

उपर्युक्त सारी परिस्थितियों में, मुख्य बात यह है कि, *"प्रेम से सच्चाई से चलें"* (इफिसियों 4:15)।

चिन्तन

प्रश्न 1. यदि मैं अपने वार्तालाप का निकटता से परिक्षण करता हूं, तो मैं कितनी बार दूसरों की निंदा करता हूं या उनके बारे में बुरा बोलता हूं?

☐अक्सर ☐प्रायः ☐कभी कभी ☐शायद ही

प्रश्न 2. मैं कितनी बार दूसरों के विषय में लोगों को निंदा करते हुए सुनना पसंद करता हूं, और उस निंदा को रोकने का प्रयास नहीं करता या उसे न सुनते हुए बाहर नहीं चला जाता?

☐अक्सर ☐प्रायः ☐कभी कभी ☐शायद ही

2

सामान्य परिस्थितियां जहां निंदा होती है

हम कुछ सामान्य परिस्थितियों के विषय में सोचेंगे जहां हमें निंदा का सामना करना पड़ता है।

अ. समाज में होने वाली निंदा

सामान्य तौर पर विभिन्न कारणों से जो समाज आपस में जुड़ा होता है, उनके मध्य 'समाचार' तब फैलता है। जब लोग आपस में बातें करते हैं। हमारे पास एक साथ रहने वाले समुदाय, सामाजिक समुदाय, और कई होते हैं। स्थानीय कलीसिया भी एक समाज है, जहां कई लोग प्रभु यीशु मसीह में हमारे विश्वास और संगति के कारण एक दूसरे से जुड़े होते हैं।

किसी भी समाज में, एक दूसरे के साथ सूचना या जानकारी बांटी जाती है। यह महत्वपूर्ण है और उसके लाभ भी है।

उदाहरण के तौर पर, स्थानीय कलीसियाई समाज के विषय में बाइबल हमें बताती है :

रोमियों 12:15
आनन्द करनेवालों के साथ आनन्द करो, और रोनेवालों के साथ रोओ।

1 कुरिन्थियों 12:26
इसलिए यदि एक अंग दुःख पाता है, तो सब अंग उसके साथ दुःख पाते हैं; और यदि एक अंग की बड़ाई होती है, तो उसके साथ सब अंग आनन्द मनाते हैं।

यदि यह संभव हो ऐसा आप चाहते हैं, तो इसका अर्थ यह है कि हमें जानना है कि एक दूसरे के जीवनों में क्या हो रहा है – भला और बुरा। इसलिए हम इन बातों में एक साथ आनंद मनाते हैं, हम रोते हैं,

हम दुख उठाते हैं, हम एक दूसरे का आदर करते हैं और एक साथ यात्रा करते हैं। हम एक साथ जीवन बांटते हैं। परंतु इस प्रकार के समाचार का बांटना आदरयुक्त तरीके से होना चाहिए, निंदा न करते हुए, पीठ पीछे चुगली न करते हुए, बुराई न करते हुए, पीठ में छूरा न भोंकते हुए।

दिलचस्प बात यह है कि, हम कई पत्रियों में पाते हैं कि स्थानीय कलीसिया या विश्वासियों के स्थानीय समुदाय के संबंध में हम निंदा और व्यर्थ बकवाद की समस्या को संबोधित किए जाते हुए देखते हैं।

कुरिन्थुस की कलीसिया को, जहां पर पौलुस को यौन अनैतिकता की समस्या के विषय में बोलना पड़ा और कलीसिया को पश्चाताप के लिए बुलावा देना पड़ा, वहां प्रेरित पौलुस को अत्यधिक चिंता है कि जब वह उन्हें भेंट देगा, तब वह लोगों को "बुराई और चुगली" करता हुआ पाएगा।

2 कुरिन्थियों 12:20
क्योंकि मुझे डर है, कही ऐसा न हो कि मैं आकर जैसे चाहता हूं, वैसे तुम्हें न पाऊं; और मुझे भी जैसे तुम नहीं चाहते वैसा ही पाओ, कि तुममें झगड़ा, डाह, क्रोध, विरोध, ईर्ष्या, चुगली, अभिमान और बखेड़े हो।

इफिसुस की कलीसिया की देखरेख करने वाले तीमुथियुस को पत्र लिखते समय पौलुस युवा विधवाओं के विषय में बताता है और यह सामान्य रूप से सभी के लिए लागू है, कि जब वे आलसी बन जाती है, तब वे गप लड़ाने लगती है, दूसरों के कामों में दखल देती है, और ऐसी बातें करती है जो उन्हें नहीं करना चाहिए।

1 तीमुथियुस 5:13
और इसके साथ ही साथ वे घर घर फिरकर आलसी होना सीखती हैं, और केवल आलसी नहीं, पर बकबक करती रहती और औरों के काम में हाथ भी डालती हैं और अनुचित बातें बोलती हैं।

उसी तरह थिस्सलुनीकियों के विश्वासियों को लिखते समय पौलुस उन लोगों को उलाहना देता है जो दूसरों के कामों में दखल देते हैं, बकबक करते हैं। इसमें अन्य लोगों की निंदा करना और उनके विषय में भली बुरी बातें कहना शामिल है। पौलुस इन लोगों से कहता है कि वे काम करें।

2 थिस्सलुनीकियों 3:11,12
हम सुनते हैं कि कितने लोग तुम्हारे बीच में अनुचित चाल चलते हैं; और कुछ काम नहीं करते, परंतु औरों के काम में हाथ डाला करते हैं। ऐसों को हम प्रभु यीशु मसीह में आज्ञा देते और समझाते हैं, कि चुपचाप काम करके अपनी ही रोटी खाया करें।

स्थानीय कलीसियाई समुदायों में, निंदा एक तरह से आत्मिक रीति से होती है। मंडली के सदस्य और कलीसिया के अगुवे (अर्थात पासबान, आदि भी) निंदा करते हैं और अफवाह फैलाते हैं। यहां पर कुछ तरीके हैं जिससे निंदा स्थानीय कलीसियाई समुदायों में फैलती है :

1. प्रार्थना निवेदन : वार्तालाप इस प्रकार के अत्यंत आत्मिक बयानों से आरंभ होता है : "ओह, हमें सचमुच फलाना फलाना व्यक्ति के लिए प्रार्थना करने की ज़रूरत है।" और बाकी का वार्तालाप उस व्यक्ति के विषय में सारी घिनौनी बातें और निंदा होती है, और उसका अंत "इस बात को प्रार्थना में रखें" जैसी बातों से होता है। हम इस प्रार्थना निवेदन का उपयोग जिसे वास्तव में निंदा कहा जा सकता है उसे छिपाने के मोहरे के रूप में करते हैं। इसे बंद होना चाहिए। हम इससे दूर रहने का फैसला करें।

2. पासबान द्वारा परामर्श और मेन्टरिंग : पासबान और आत्मिक अगुवों के रूप में लोग हमारे पास आत्मिक सहायता पाने आते हैं : ऐसा करते समय, अक्सर वे अपने व्यक्तिगत संघर्ष, असफताओं और अन्य बातों को बांटते हैं, जो वे दूसरों के साथ अक्सर नहीं कर सकते। ऐसा वे विश्वास और पूर्ण भरोसे के साथ करते हैं। परंतु, कई पासबान और आत्मिक अगुवे अपने हमेशा के वार्तालाप में उस व्यक्ति के विषय में

निजी जानकारी को प्रगट करके उनके विश्वास को तोड़ देते हैं। यह निंदा के अलावा और कुछ नहीं है, भले ही आत्मिक अगुवे द्वारा की गई है! इसे रोकने की ज़रूरत है। जो भरोसे के साथ बताया गया है, वह गोपनीय बना रहे।

3. कोट टेल असोशिएशन (प्रतिष्ठित लोगों को सहारा लेकर अपनी प्रतिष्ठा बनाने की कोशिश करने वाले) : कभी कभी लोग अपने से अधिक सफल लोगों का सहारा लेते हैं, उदाहरण के तौर पर, सिनियर पासबान या अगुवा और दूसरों को यह बताने की कोशिश करते हैं कि वे ऐसे लोगों से निकट संबंध रखते हैं। ऐसे किसी व्यक्ति के विषय में जिसकी उपलब्धियों का सहारा वे लेना चाहते हैं, उनके बारे में कुछ निजी और व्यक्तिगत जानकारी देकर वे ऐसा करते हैं। अर्थात, अन्य लोग इससे प्रभावित होते हैं और सोचते हैं कि यह व्यक्ति जो इस प्रकार की अंदरूनी बातें जानता है, उस सीनियर पासबान या अगुवे के करीब होना चाहिए। यदि आप सीनियर पासबान या अगुवे के वास्तव में सच्चे मित्र है और उनसे निकट से जुड़े हैं, तो आप उनका सहारा लेकर ये सब नहीं करना चाहेंगे। आप खुद के लिए उनके सम्मान को उधार लेना नहीं चाहेंगे। आप उनके निजी मामलों का सार्वजनिक रूप से उल्लेख करने से पहले सावधान रहेंगे।

4. समस्याएं न सुलझाते हुए दोष लगाना : लोग गलतियां करते हैं। फिर भी, समाज में, संघर्ष इसलिए उत्पन्न होते हैं क्योंकि कही पर किसी ने गलती की, कुछ गलत किया या किसी मामले को अनुचित रूप से निपटाया। अक्सर होता यह है कि जिस पक्ष ने चोट खाई है, वह उस बुराई के विषय में जो लोगों के साथ की गई है, यहां वहां बोलते फिरता है, जो अप्रत्यक्ष रूप से गलती करने वाले व्यक्ति की बदनामी करने वाला अभियान साबित होता है। वह निंदा बन जाता है, क्योंकि उस जानकारी को दूसरों तक पहुंचाते समय उसमें और लोग शामिल हो जाते हैं। इससे समाज में विभाजन और कलह बढ़ता है, और उस समस्या को वास्तव में संबोधित नहीं किया जाता या उसका

हल नहीं किया जाता। दूसरी ओर, पवित्रशास्त्र हमें सिखाता है कि ऐसी परिस्थितियों में क्या किया जाना चाहिए:

मत्ती 18:15—17

15"यदि तेरा भाई तेरे विरोध में अपराध करे, तो अकेले में जाकर उससे बातचीत करके उसे समझा। यदि वह तेरी सुने, तो तू ने अपने भाई को पा लिया। 16"और यदि वह न सुने, तो एक या दो व्यक्तियों को अपने साथ ले जा, ताकि हर एक बात दो या तीन गवाहों के मुंह से ठहराई जाए। 17"और यदि वह उनकी भी न माने, तो कलीसिया से कह दे, परन्तु यदि वह कलीसिया की भी न माने, तो तू उसे अन्यजाति और महसूल लेनेवाले के समान जान।

समस्या को सुलझाने के बजाए सार्वजनिक तौर पर, लोगों के दोष दिखाने के बजाए, हमें पवित्र शास्त्र के अनुसार चलना चाहिए और क्षमा, सुधार और चंगाई लाने का प्रयास करना चाहिए। स्थानीय कलीसियाई समुदाय के संदर्भ में कहीं गई कई बातें अन्य समुदायों को भी लागू की जा सकती हैं।

निंदा करने वाला समुदाय अन्ततः खुद ही का नाश करता है।

गलातियों 5:15

परंतु यदि तुम एक दूसरे को दांत से काटते और फाड़ खाते हो, तो चौकस रहो कि एक दूसरे का सत्यानाश न कर दो।

ब. काम के स्थान पर निंदा

हममें से कई लोग अपने जीवन का मुख्य भाग कार्यस्थल पर बिताते हैं। हम सप्ताह के पांच से छः दिन काम पर होते हैं, और हर सप्ताह हमारा एक चौथाई समय कार्यस्थल पर व्यय करते हैं। दुर्भाग्यवश, काम के स्थान पर कई लोग निंदा, चुगली, बुराई, पीठ में छुरा भोपना आदि बातों में लगे रहते हैं। ऐसा वे अपने बॉस, साथियों, या उन लोगों के विषय में करते हैं जिनके साथ उन्हें काम करना है। वे निंदा में लगे

रहते हैं, और अपने साथियों के साथ ऐसी किसी बात के विषय में बोलते हैं जो किसी और के द्वारा की गई है, और इस प्रकार उसकी प्रतिष्ठा आदि को आंच पहुंचाते हैं।

कार्यस्थल पर निंदा के परिणामस्वरूप कार्यस्थल का वातावरण अस्वस्थ हो जाता है। उससे लोगों पर भावनात्मक असर भी होता है और व्यक्तिगत या टीम की कार्यक्षमता में बाधा पड़ती है। अन्ततः कार्यस्थल का वातावरण इतना निंदनीय हो जाता है कि अक्सर अच्छे लोग उस स्थान को छोड़कर कही और नौकरी खोजने लगते हैं। वे इसलिए नहीं छोड़ते कि वहां का वेतन अच्छा नहीं था या काम उत्साहवर्धक नहीं था, परंतु अक्सर कार्यस्थल का वातावरण निंदा करने वाले और अफवाह फैलाने वाले कुछ लोगों के कारण निराशाजनक था। अच्छे लोग जो अपने काम पर ध्यान देना चाहते हैं, सचमुच अपना समय और बल निंदा से लड़ने में और अफवाह की आग बुझाने में नहीं खर्च करना चाहते। उनके पास करने के लिए बेहतर काम होते हैं।

क. सामाजिक मिडिया द्वारा निंदा

सामाजिक मिडिया या संचार माध्यम ने भी निंदा फैलाने में और तेजी से काम किया है। कुछ ही मिनिटों में, हानिकारक निंदा और अफवाह एक बटन के दबाते ही ऑनलाईन फैल जाती है। ऑनलाईन पोस्ट किए गए एक मात्र लेख के माध्यम से व्यक्ति की प्रतिष्ठा दांव पर लग जाती है।

चिन्तन

प्रश्न : क्या आप समाज, कार्यस्थल या सामाजिक संचार माध्यम की निंदा का शिकार बने हैं? इससे आप कैसे प्रभावित हुए थे? आपने उसका मुकाबला कैसे किया? पीछे मुड़कर देखने पर क्या आप बता सकते हैं कि आप उस परिस्थिति से कैसे अलग रीति से निपट सकते थे?

3

निंदा के नकारात्मक परिणाम

निंदा हिंसा के कुछ अन्य कामों के समान घिनौना अपराध नहीं दिखाई देता, फिर भी हम में से कई लोग उन गंभीर नकारात्मक परिणाम को नहीं पहचानते जो हम पर निंदा के द्वारा होता है। हमने पहले ही निंदा के कुछ नकारात्मक परिणामों को निवेदन किया है, और अब हम इस अध्याय में कुछ और परिणामों पर विचार करेंगे।

1. निंदा से कोई लाभ नहीं होता, और समय बर्बाद होता है।

कभी कभी लोग निंदा में व्यस्त होकर घंटों बर्बाद कर देते हैं। इसलिए इसे व्यर्थ बकवाद कहा गया है। यह पूर्णरूप से लाभरहित है। इससे न केवल समय बर्बाद होता है, बल्कि अक्सर जो लोग निंदा करते हैं वे काफी भावनात्मक बल भी खर्च करते हैं और उसके अंत में थका हुआ महसूस करते हैं।

कभी कभी लोग चिकित्सा के तौर पर निंदा में लगे रहते हैं, वे अपने मन के बोझ को हलका करते हैं या अपनी भावनाओं को दूसरों के सामने व्यक्त करते हैं, विशेष तौर पर मुश्किल समयों से जाते समय। हम निश्चित रूप से अपनी चुनौतियों को बोलने और दूसरों के साथ बांटने से सहमत होते हैं, परंतु, हमें सही लोगों के साथ बात करना चाहिए और दूसरे व्यक्ति को हानि न पहुंचाते हुए स्वस्थ तरीके से करना चाहिए, और उस समस्या का हल निकालने के प्रयास में ऐसा करना चाहिए।

2. निंदा भरोसे को नष्ट करती है, क्योंकि व्यक्ति की प्रतिष्ठा बिगड़ जाती है और चरित्र का कत्ल हो जाता है।

जिसकी निंदा होती है उसे खुद के बारे में समझाने का अवसर नहीं मिलता, उसका कत्ल होता है और उसकी प्रतिष्ठा नष्ट हो जाती है। एक क्षण में, जो लोग झूठी जानकारी सुनते हैं उस व्यक्ति के चरित्र के विषय में एक निष्कर्ष तक पहुंचते हैं, वे उस व्यक्ति के विषय में

गलत मन बना सकते हैं और उस व्यक्ति पर भरोसा खो देते हैं। वह व्यक्ति कौन है इस विषय में गलत चित्र बना लेते हैं क्योंकि निंदा के द्वारा वह गलत जानकारी हासिल कर लेता है।

नीतिवचन 11:13

[13]जो लुतराई करता फिरता वह भेद प्रगट करता है, परन्तु विश्वासयोग्य मनुष्य बात को छिपा रखता है।

यदि आप विश्वासयोग्य मित्र हैं, तो आप अपने मित्र के पक्ष में खड़े रहने का प्रयास करेंगे और उसे अपमानित करने या उसे बर्बाद करने के लिए उसकी असफलताओं का ढोल नहीं पीटते फिरेंगे। कभी कभी बड़ा आश्चर्य होता है कि हम किसी से पहली बार मिलते हैं और ऐसा दिखाई देता है कि वह आपके विषय में पहले ही सुन चुका है और दुर्भाग्यवश जो कुछ उसने सुना है, वह सब नकारात्मक होता है। निंदा आपसे पहले ही पहुंच गई और आपके वहां जाने से पहले ही आपकी बदनामी कर चुकी और आपका नाम खराब कर चुकी। अब आपके सामने एक बड़ा काम है, आपको पहचानने और आप वास्तव में कौन हैं इसका ताज़ा मूल्यांकन करने में उस व्यक्ति की सहायता करना। कभी कभी इसे पूरा करने का विचार करना भी अत्यंत निरूत्साहित करने वाला होता है।

3. निंदा व्यक्ति को भावनात्मक रूप से प्रभावित करती है

गलत जानकारी जो निंदा के माध्यम से आग की तरह फैलती है, भावनाओं पर असर करती है जिससे व्यक्ति में चिंता और निरुत्साह उत्पन्न होता है।

नीतिवचन 25:18

[18]जो किसी के विरुद्ध झूठी साक्षी देता है, वह मानो हथौड़ा और तलवार और पैना तीर है।

नीतिवचन 25:18

[18]दूसरों के विषय में झूठी बातें बताना उन्हें मानो कुल्हाड़ी से मारने, तलवार से घायल करने, या पैने तीर से बेधने के समान होता है।

उदाहरण के तौर पर, काम के स्थान में, जब सच्चाई क्या है और क्या नहीं है इस विषय में स्पष्ट जानकारी के बिना जब अफवाह फैलने लगती है, तब कर्मचारी निराश हो सकते हैं। इससे कामकाज के स्थान पर अस्वस्थ वातावरण तैयार हो जाता है और अच्छे कर्मचारी वहां से छोड़कर जाना चाहेंगे।

व्यक्तिगत रूप से या ऑन लाईन किसी व्यक्ति को लज्जित करने से उसकी व्यक्तिगत प्रतिष्ठा तुरंत नष्ट हो जाती है। लोग अपनी प्रतिष्ठा और यश गवां बैठते हैं, और उन्हें भावनात्मक सदमे से होकर गुज़रना पड़ता है जिसकी वजह किस ने निर्ममता के साथ उनकी निंदा और बदनामी की।

निंदा के भावनात्मक प्रभाव की गंभीरता का विचार करें, नवयुवकों पर भी इसका परिणाम होता है। वर्तमान समयों में, साामाजिक मीडिया के माध्यम से मित्रों या स्कूल के साथियों द्वारा नवयुवकों को ऑनलाईन "डराया–धमकाया" जाता है, उनकी इस हद तक निंदा और बदनामी की जाती है कि कुछ जवान तो आत्महत्या तक कर लेते हैं।

इसी से "सायबर बुलिंग" जैसा शब्द तैयार हो गया है जिसका अर्थ है सताने, धमकी देने, लज्जित करने या दूसरे व्यक्ति को लक्ष्य बनाने के लिए तंत्रविज्ञान का गलत उपयोग, और यह एक गंभीर बात है। [नवयुवकों के माता पिता के लिए एक उपयोगी साईटः http://cyberbullying.us/].

4. निंदा रिश्तों को नष्ट करती है

निंदा, बदनामी और दूसरों के विषय में झूठी जानकारी फैलाने का परिणामस्वरूप अक्सर रिश्ते टूट जाते हैं। जब लोग दूसरों के द्वारा फैलाए गए झूठ को सुनकर उस पर विश्वास करते हैं, तब उन्हें चोट पहुंचती है। क्रोध की भावना और बुरी भावना उत्पन्न होती है। और अच्छे रिश्ते टूट जाते हैं।

ये वचन क्या बताते हैं उस पर विचार करें।

नीतिवचन 16:28

[28]टेढ़ा मनुष्य बहुत झगड़े को उठाता है, और कानाफूसी करनेवाला परम मित्रों में भी फूट करा देता है।

नीतिवचन 25:23

[23]जैसे उत्तरीय वायु वर्षा को लाती है, वैसे ही चुगली करने से मुख पर क्रोध छा जाता है।

नीतिवचन 26:20

[2]जैसे लकड़ी न होने से आग बुझती है, उसी प्रकार जहां कानाफूसी करनेवाला नहीं वहां झगड़ा मिट जाता है।

निंदा के छोटे बीज उत्तम मित्रों को भी अलग कर देते हैं क्योंकि अविश्वास और कलह के बीज बोए जाते हैं। रिश्ते बर्बाद होते हैं। निंदा गलत भावनाओं को और दुर्भावनाओं को ईंधन देती है। लोगों में फूट पड़ती हैं क्योंकि वे एक का पक्ष लेने लगते हैं। ऐसा काम के स्थान पर और किसी भी समुदाय में हो सकता है। शांति और मेल मिलाप बनाए रखने के लिए हमें इस बात का ध्यान रखना है कि निंदा रोकी जाए।

चिन्तन

प्रश्न 1. निंदा के कुछ और नकारात्मक परिणाम क्या हैं?

प्रश्न 2. क्या वास्तविक जीवन की कुछ परिस्थितियां हैं जिन्हें आपने देखा है जिसमें निंदा ने लोगों को भावनात्मक रूप से प्रभावित किया है? उसका परिणाम क्या हुआ?

प्रश्न 3. आपके द्वारा देखी गई कुछ वास्तविक जीवन की परिस्थितियां हैं, जहां पर निंदा ने रिश्तों को बर्बाद कर दिया। उसका क्या परिणाम हुआ? क्या लोगों के बीच मेल हुआ और क्या वे निंदा का अंत कर सके? यदि ऐसा है, तो उन्होंने यह कैसे किया?

4

निंदा के विरोध में परमेश्वर की गंभीर दृष्टि

निंदा, चुगली, बदनामी, बुराई, पीठ पीछे छूरा भोंकना इन बातों के विषय में पवित्र शास्त्र में हमने जो पहले ही देखा है, उसके अलावा, परमेश्वर पवित्र शास्त्र में निंदा के विषय में कुछ गंभीर झिड़कियां देता है, उन पर हम विचार करेंगे।

परमेश्वर ने अपने लोगों को जो दस आज्ञाएं दीं, उनमें से एक है :

निर्गमन 20:16
[16]तू किसी के विरूद्ध झूठी साक्षी ने देना।

इसका अर्थ यह है कि आप अपने पड़ोसी के विषय में झूठ नहीं बोलेंगे, उनके विषय में गलत झूठी बातें नहीं फैलाएंगे या उनकी गलत तस्वीर प्रस्तुत नहीं करेंगे।

परमेश्वर निंदा करने के विरोध में अपने लोगों को झिड़की देता है और चेतावनी देता है कि वह सुधार लाने और सारी बातों को सुव्यवस्थित करने के लिए हस्तक्षेप करेगा।

भजन 50:19–21
[19]तू ने अपना मुंह बुराई करने के लिये खोला, और तेरी जीभ छल की बातें गढ़ती हैं। [20]तू बैठा हुआ अपने भाई के विरुद्ध बोलता; और अपने सगे भाई की चुगली खाता है। [21]यह काम तू ने किया, और मैं चुप रहा; इसलिये तू ने समझ लिया कि परमेश्वर बिलकुल मेरे समान है। परन्तु मैं तुझे समझाऊंगा, और तेरी आंखों के सामने सब कुछ अलग अलग दिखाऊंगा।

झूठी गवाही देना, दूसरों के बारे में झूठ बोलना और भाइयों के बीच मतभेद बोना उन बातों में से हैं, जिन्हें परमेश्वर तिरस्कृत मानता है।

नीतिवचन 6:6–19

[16]छः वस्तुओं से यहोवा बैर रखता है, वरन सात हैं जिनसे उसको घृणा है: [17]अर्थात् घमण्ड से चढ़ी हुई आंखें, झूठ बोलनेवाली जीभ, और निर्दोष का लोहू बहानेवाले हाथ, [18]अनर्थ कल्पना गढ़नेवाला मन, बुराई करने को वेग दौड़नेवाले पांव, [19]झूठ बोलनेवाला साक्षी और भाइयों के बीच में झगड़ा उत्पन्न करनेवाला मनुष्य।

जैसा कि हमने पहले देखा है, हम लोगों में निंदा और बदनामी के द्वारा मतभेद या फूट के बीज बोते हैं। परमेश्वर इस बात से घृणा करता है।

निंदा करने वाला मूर्ख होता है। तब तो निंदा वास्तव में मूर्खता का काम है जिसमें हमें शामिल नहीं होना चाहिए।

नीतिवचन 10:18

[18]जो बैर को छिपा रखता है, वह झूठ बोलता है, और जो अपवाद फैलाता है, वह मूर्ख है।

रोमियों 1:28–32 में, निंदा और चुगली को हत्या और अनैतिकता की सूची में शामिल किया गया है।

रोमियों 1:28–32

[28]और जब उन्होंने परमेश्वर को पहचानना न चाहा, इसलिए परमेश्वर ने भी उन्हें उनके निकम्मे मन पर छोड़ दिया, कि वे अनुचित काम करें। [29]इसलिए वे सब प्रकार के अधर्म, और दुष्टता, और लोभ, और बैरभाव से भर गए; और डाह, और हत्या, और झगड़े, और छल, और ईर्ष्या से भरपूर हो गए, और चुगलखोर, [30]बदनाम करनेवाले, परमेश्वर के देखने में घृणित, औरों का अनादर करनेवाले, अभिमानी, डींगमार, बुरी बुरी बातों के बनाने वाले, माता पिता की आज्ञा न माननेवाले, [31]निर्बुध्द,

विश्वासघाती, मयारहित और निर्दय हो गए। [32]वे तो परमेश्वर की यह विधि जानते हैं कि ऐसे ऐसे काम करनेवाले मृत्यु के दण्ड के योग्य हैं, तौभी न केवल आप ही ऐसे काम करते हैं, वरन् करनेवालों से प्रसन्न भी होते हैं।

"ऐसे ऐसे काम करनेवाले मृत्यु के दण्ड के योग्य है" इस चेतावनी में बदनाम करने वाले और बुरी बुरी बातों के बनाने वाले (निंदा करने) शामिल है। इस प्रकार परमेश्वर निंदा का गंभीर विरोध करता है। साफ शब्दों में, निंदा करना पाप है और यह परमेश्वर के सामने अपराध है।

सारांश में, निंदा, चुगली करना, बदनामी करना, पीठ में छूरा भोंपना, बातें बनाना, आदि बातों में हमें भाग नहीं लेना चाहिए।

चिन्तन

प्रश्नः यदि बाइबल निंदा, चुगली, बदनामी, पीठ पीछे छूरा भोंपना, और अफवाह फैलाना आदि बातों के विषय में इतना स्पष्ट रूप से कहती है, तो फिर भी विश्वासी इसमें सहभागी क्यों होते हैं?

5

निंदा से कैसे निपटें

जब हम ऐसी परिस्थिति में पड़ जाते हैं, जहां हमारे आस पास के लोग निंदा करने लगते हैं, बदनामी करने लगते हैं, चुगली करते हैं, और अफवाह फैलाते हैं, तब हमें क्या करना चाहिए? यदि हम ऐसी बातों का शिकार बनते हैं, तब हमें क्या करना चाहिए? हमें बदनामी, भावनात्मक चोट और हमारे बारे में फैलाई गई झूठी जानकारी के अन्य परिणामों के प्रति कैसे प्रतिक्रिया व्यक्त करना चाहिए, और उनसे कैसे निपटना चाहिए?

अ. निंदा के ऊपर उठना

आरंभ में, हममें से प्रत्येक को व्यक्तिगत रीति से एक पक्का फैसला करना है और हमारे अनुशासन के भाग के रूप में हमें यह निर्णय लेना है कि हम किसी भी रीति से किसी की निंदा में भाग नहीं लेंगे। हम इस प्रकार के वार्तालाप और कार्य के निचले स्तर पर नहीं उतरेंगे। जब हम खुद को ऐसे स्थानों में और परिस्थितियों में पाते हैं जहां पर लोग निंदा करते हैं, तो हम उनमें भाग नहीं लेंगे और निंदा में शामिल नहीं होंगे।

भजन 34:13

[13]अपनी जीभ को बुराई से रोक रख, और अपने मुंह की चौकसी कर कि उस से छल की बात न निकले।

भजन 39:1

[1]मैंने कहा, मैं अपनी चालचलन में चौकसी करुंगा, ताकि मेरी जीभ से पाप न हो; जब तक दुष्ट मेरे सामने है, तब तक मैं लगाम लगाए अपना मुंह बन्द किए रहूंगा।

[4]हे यहोवा, मेरे मुंह में ऐसी कोई बात नहीं जिसे तू पूरी रीति से न जानता हो।

निंदा नहीं!

हम खुद को रोकेंगे और परमेश्वर के विरोध में पाप करने से इन्कार करेंगे। हम जानते हैं कि हम परमेश्वर से निंदा छिपा नहीं सकते, भले ही हमें धीमें शब्दों में उसे बोलना हो।

जो बात आप किसी के सामने नहीं बोलना चाहते, उसे उस व्यक्ति के पीठ पीछे न बोलें।

आप उनकी अनुपस्थिति में वह बात कैसे कहेंगे, ठीक उसी तरह आप उसे उनकी उपस्थिति में कहें।

अपने हृदय को किसी के प्रति स्वच्छ और दुर्भावना एवं नाराज़गी से मुक्त बनाए रखें। हमेशा प्रेम के साथ चलने का उद्देश्य रखें। इस तरह आप उन्हें नीचा दिखाने, चोट पहुंचाने और बर्बाद करने के लिए लोगों के विषय में बुरा नहीं बोलेंगे।

मत्ती 15:19

[19]क्योंकि बुरे विचार, हत्या, परस्त्रीगमन, व्यभिचार, चोरी, झूठी गवाही और निन्दा मन ही से निकलती हैं।

रोमियों 13:9

[9]क्योंकि यह कि व्यभिचार न करना, हत्या न करना, चोरी न करना, लालच न करना, और इनको छोड़ और कोई भी आज्ञा हो तो सब का सारांश इस बात में पाया जाता है कि अपने पड़ोसी से अपने समान प्रेम रख।

बदला लेने से इन्कार करें। आप निंदा फैलाने से निंदा पर जय नहीं पा सकते।

ब. यदि संभव हो तो प्रेम के साथ मुकाबला करें

जहां संभव हो, जिस व्यक्ति ने अफवाह और झूठी जानकारी फैलाई, उस व्यक्ति के साथ या उन लोगों के साथ जो निंदा में शामिल थे, उस मामले को स्पष्ट रूप से संबोधित करें। उन्हें इससे ऊपर उठने हेतु प्रोत्साहन दें और निंदा न करते हुए उसमें शामिल व्यक्ति के साथ सीधे वास्तविक विषय के संबंध में बात करें।

क. उसे मिट जाने दें

निंदा को ईंधन न दें। निंदा को मिट जाने दें। ऐसी परिस्थितियों में कम से कम बोलना बेहतर है। जब ज्यादा से ज्यादा लोग उसमें भाग लेने से इन्कार करेंगे, तो अंत में वह कहानी समाप्त हो जाएगी।

संभव होने पर, संबंधित व्यक्ति या परिस्थिति के विषय में सकारात्मक बातें बोलकर निंदा का विरोध करने का फैसला करें। वस्तुओं के बेहतर पक्ष को देखने में लोगों की सहायता करें। निंदा और अफवाहें अर्ध सत्य, अधूरी जानकारी या झूठी जानकारी पर आधारित होते हैं इसलिए बेहतर बातें कहकर, हम उन अधूरी सच्चाइयों का विरोध करते हैं।

ड. प्रार्थना करें, क्षमा करें और छोड़ द

यदि आप निंदा या बदनामी का शिकार बनें हैं, तो प्रार्थना करें। प्रभु आपके बचाव में आगे आएगा

भजन 31:13–16

13मैं ने बहुतों के मुंह से अपना अपवाद सुना, चारों ओर भय ही भय है!
जब उन्होंने मेरे विरुद्ध आपस में सम्मति की तब मेरे प्राण लेने की युक्ति
की। 14परन्तु हे यहोवा मैं ने तो तुझी पर भरोसा रखा है, मैं ने कहा,
तू मेरा परमेश्वर है। 15मेरे दिन तेरे हाथ में है; तू मुझे मेरे शत्रुओं और
मेरे सतानेवालों के हाथ से छुड़ा। 16अपने दास पर अपने मुंह का प्रकाश
चमका; अपनी करुणा से मेरा उद्धार कर।

जब लोग आपकी निंदा करते हैं और आपके विषय में झूठी अफवाहें फैलाते हैं, तो उससे चोट पहुंचती है। यह पीड़ादायक होता है। अपने दर्द और चोट की भावनाओं को प्रार्थना में परमेश्वर के सामने रखें। उस विषय में परमेश्वर से बातें करें। अपने हृदय और भावनाओं को परमेश्वर के सामने उण्डेलें।

जो लोग ऐसा कर रहे हैं उन्हें क्षमा करें। जो कुछ भी वे कर रहे हैं उसके बावजूद उनसे प्रेम करने का निर्णय लें। जो कुछ भी वे कर रहे हैं उसके पीछे विश्वासघात, बदला और अन्य गलत इरादे हो सकते हैं। परंतु फिर भी आप परमेश्वर के प्रेम से उन्हें प्रेम करने का चुनाव करें। आप फिर भी उन्हें क्षमा करने और छोड़ देने का निर्णय लें, और अपने बचाव और बदले के लिए परमेश्वर की ओर देखें। *"परन्तु मैं तुम सुननेवालों से कहता हूं, कि अपने शत्रुओं से प्रेम रखो; जो तुमसे बैर करें, उनका भला करो। जो तुम्हें श्राप दें, उनको आशीष दो; जो तुम्हारा अपमान करें, उनके लिए प्रार्थना करो।"* (लूका 6:27,28)

हम अपने समाज को निंदामुक्त क्षेत्र बनाएं

हम ऐसे लोगों का समाज बनें जो निंदा, चुगली, बदनामी, गप, बुराई, पीठ पीछे छूरा भोंपना आदि बातों को बिल्कुल सह नहीं सकते। निंदा, चुगली, बदनामी, गप, बुराई, पीठ पीछे छूरा भोंपना – आदि बातें हमारे बीच में नहीं रहेगी! निंदा वह जंगली घास है जो परमेश्वर के सुन्दर बगीचे को, कलीसिया को परेशान करती और दबाती है। हम एक ऐसी संस्कृति का निर्माण करें और अपने आप में अनुशासन को बढ़ावा दें जो इस बगीचे को जंगली घास से मुक्त रखेगा।

चिन्तन

प्रश्नः क्या आप वर्तमान समय में ऐसी किसी विशिष्ट परिस्थिति या परिस्थितियों का सामना कर रहे हैं जहां आपको निंदा, बदनामी और चुगली पर जय पाने की ज़रूरत है? आप अपनी परिस्थिति या परिस्थितियों पर जय पाने के लिए क्या कर सकते हैं?

6

प्रार्थना

1. अंगीकार और पश्चाताप की प्रार्थना

प्रिय स्वर्गीय पिता, मैं कबूल करता हूं कि मैं मेरे शब्दों के विषय में सावधान नहीं रहा। मैंने जानबूझकर और अनजाने में निंदा की है, बदनामी की है और दूसरों की बुराई की है। मैं अफवाहों को फैलाकर लोगों की प्रतिष्ठा को नुकसान पहुंचाने का दोषी हूं। मैं मेरे गलत कामों के लिए पश्चाताप करता हूं और आपसे बिनती करता हूं कि कृपया मुझे क्षमा करें और अपने पवित्र लोहू से मुझे मेरे पापों से शुद्ध करें। मैं निंदा की जीवनशैली त्यागता हूं। उसी तरह, मेरी जीभ पर पहरा लगाइये ताकि मैं आगे दूसरों की निंदा, बदनामी या बुराई न कर सकूं। ऐसा करने के लिए मैं आपका धन्यवाद करता हूं। यीशु के नाम में, आमेन।

2. उन लोगों के लिए प्रार्थना जिन्होंने अतीत में निंदा से चोट खाई है

प्रिय पिता, मैं अपना हृदय आपके सामने उण्डेलता हूं क्योंकि मेरे लिए आपके प्रेम और निगरानी को मैं जानता हूं। आप मेरे हृदय की अंतर्तम विचारों और भावनाओं को जानता हूं। आप जानते हैं कि (लोगों का नाम और परिस्थिति) द्वारा की गई मुझे निंदा, बदनामी और मेरे बारे में फैली हुई अफवाहों की वजह से मैं दुखी हो गया हूं। मैं अपने घाव और भावनाओं को आपके पास ले आता हूं और आपसे बिनती करता हूं कि मेरे दुखों को चंगा कीजिए। पवित्र आत्मा की सामर्थ और बल से जो वह प्रेम करने हेतु मुझे देता है, मैं उन लोगों को क्षमा करता हूं जिन्होंने मुझे चोट पहुंचाई है। मैं परमेश्वर के प्रेम को उनके लिए मुक्त करता हूं जो मेरे हृदय में उण्डेला गया है। मैं आपसे बिनती करता हूं कि मेरे पक्ष में दैवीय रूप से हस्तक्षेप करें और इन अफवाहों, निंदा और झूठी बातों को रोक दें और मुझे अपने अनुग्रह से घेर लीजिए। मुझे

जीवन में आदर प्रदान कीजिए और आपका हाथ मुझे उठाने पाए। प्रभु, मैं आपकी ओर देखता हूं और मेरी आंखें केवल आप ही पर लगी हैं। मेरे जीवन में आपके काम के लिए धन्यवाद पिता। यीशु के नाम में, आमेन।

3. उन लोगों के लिए प्रार्थना जो ऐसी परिस्थितियों में फंसे हैं, जहां निंदा हो रही है

प्रिय पिता, मैं अपना हृदय आपके सामने उण्डेलता हूं क्योंकि मेरे लिए आपके प्रेम और निगरानी को मैं जानता हूं। आप मेरे हृदय की अंतर्तम विचारों और भावनाओं को जानता हूं। आप जानते हैं कि (लोगों का नाम और परिस्थिति) द्वारा की गई मुझे निंदा, बदनामी और मेरे बारे में फैली हुई अफवाहों की वजह से मैं दुखी हो गया हूं। मैं अपने घाव और भावनाओं को आपके पास ले आता हूं और आपसे बिनती करता हूं कि मेरे दुखों को चंगा कीजिए। पवित्र आत्मा की सामर्थ और बल से जो वह प्रेम करने हेतु मुझे देता है, मैं उन लोगों को क्षमा करता हूं जिन्होंने मुझे चोट पहुंचाई है। मैं परमेश्वर के प्रेम को उनके लिए मुक्त करता हूं जो मेरे हृदय में उण्डेला गया है। मैं आपसे बिनती करता हूं कि मेरे पक्ष में दैवीय रूप से हस्तक्षेप करें और इन अफवाहों, निंदा और झूठी बातों को रोक दें और मुझे अपने अनुग्रह से घेर लीजिए। मुझे जीवन में आदर प्रदान कीजिए और आपका हाथ मुझे उठाने पाए। प्रभु, मैं आपकी ओर देखता हूं और मेरी आंखें केवल आप ही पर लगी हैं। मेरे जीवन में आपके काम के लिए धन्यवाद पिता। यीशु के नाम में, आमेन।

ऑल पीपल्स चर्च के प्रतिभागी

स्थानीय कलीसिया के रूप में संपूर्ण भारत देश में, विशेषकर उत्तर भारत में सुसमाचार प्रचार करने के द्वारा ऑल पीपल्स चर्च अपनी सीमाओं के पार सेवा करता है; उसका मुख्य लक्ष्य (अ) अगुवों को दृढ़ करना, (ब) जवानों को सेवा के लिए सुसज्जित करना और (क) मसीह की देह की उन्नति करना है। संपूर्ण वर्षभर जवानों, और पासबानों तथा सेवकों के लिए कई प्रशिक्षण कार्यक्रमों और पासबानों की महासभाओं का आयोजन किया जाता है। इसके अलावा, वचन में और आत्मा में विश्वासियों की उन्नति करने के उद्देश्य से अंग्रेजी तथा अन्य कई भारतीय भाषाओं में पुस्तकों की कई हज़ारों प्रतियां विनामूल्य वितरीत की जाती हैं।

जिन बातों की ओर परमेश्वर हमारी अगुवाई कर रहा है उसके लिए काफी पैसों की ज़रूरत होती है। हम आपको निमंत्रित करते हैं कि एक समय की भेंट या मासिक मदद भेजकर आर्थिक रूप से हमारे साथ भागीदार बनें। देश भर में हमारे इस कार्य में हमारी सहायता करने हेतु आपके द्वारा भेजी गई कोई भी रकम सराहनीय होगी।

आप अपनी भेंट "ऑल पीपल्स चर्च, बैंगलोर" के नाम से चेक/बैंक ड्राफ्ट के जरिए हमारे ऑफिस के पते पर भेज सकते हैं। अन्यथा आप अपना योगदान सीधे हमारे बैंक खाते की जानकारी लेकर सीधे बैंक में जमा कर सकते हैं। *(कृपया इस बात को ध्यान में रखें : ऑल पीपल्स चर्च के पास एफ.सी.आर.ए. परमीट नहीं है, अतः हम केवल भारतीय नागरिकों से बैंक योगदान पा सकते हैं। यदि आप चाहते हैं, तो दान भेजते समय, आप स्पष्ट रूप से यह लिख सकते हैं कि ए.पी.सी. की किस सेवकाई के लिए आप अपने दान भेजना चाहते हैं।)*

बैंक खाते का नाम : ऑल पीपल्स चर्च

खाता क्रमांक : 0057213809

आय एफ एस सी क्रमांक : CITI0000004

बैंक : Citibank N.A., 506-507, Level 5, Prestige Meridian 2, # 30, M.G. Road, Bangalore - 560 001

उसी तरह, कृपया जब भी हो सके, हमें और हमारी सेवकाई को प्रार्थना में स्मरण रखें। **धन्यवाद और परमेश्वर आपको आशीष दे।**

ऑल पीपल्स चर्च के प्रकाशन

बदलाव
अपनी बुलाहट से समझौता न करें
आशा न छोड़ें
परमेश्वर के उद्देश्यों को जन्म देना
परमेश्वर एक भला परमेश्वर है
परमेश्वर का वचन
सच्चाई
हमारा छुटकारा
समर्पण की सामर्थ
हम भिन्न हैं
कार्यस्थल पर महिलाएं
जागृति में कलीसिया
प्रत्येक काम का एक समय
आत्मिक मन से परिपूर्ण और पृथ्वी पर बुद्धिमान
पवित्रा लोगों को सिद्ध बनाना
अपने पास्टर की कैसे सहायता करें
कलह रहित जीवन जीना
एक वास्तविक स्थान जो स्वर्ग कहलाता है
परिशद्ध करने वाले की आग
व्यक्तिगत और पीढ़ियों के बन्ध्नों को तोड़ना
आपके जीवन के लिए परमेश्वर के उद्देश्य को पहचानना
राज्य का निर्माण करने वाले
खुला हुआ स्वर्ग
हम मसीह में कौन हैं
ईश्वरीय कृपा
परमेश्वर का राज्य
शहरव्यापी कलीसिया में ईश्वरीय व्यवस्था
मन की जीत
जड़ पर कुल्हाडी रखना
परमेश्वर की उपस्थिति
काम के प्रति बाइबल का रवैया
ज्ञान, प्रकाश और सामर्थ का आत्मा
अन्य अन्य भाषाओं में बोलने के अदभुत लाभ
प्राचीन चिन्ह

उपर्युक्त सभी पुस्तकों के पी डी एफ संस्करण निःशुल्क डाऊनलोड के लिए हमारे चर्च वेब साईट पर उपलब्ध हैं। इनमें से कई पुस्तकें अन्य भाषाओं में भी उपलब्ध हैं। इन पुस्तकों की निःशुल्क प्रतियां प्राप्त करने हेतु कृपया हमसे ई–मेल या डाक द्वारा संपर्क करें।

रविवार के संदेश के एम पी 3 ऑडियो रिकार्डिंग, तथा कॉन्फ्रन्स और हमारे गॉड टी. व्ही. कार्यक्रम 'लिविंग स्ट्रांग' के विडियो रिकार्डिंग को सुनने या देखने के लिए हमारे वेब साईट को भेंट दें।

भारत में ऑल पीपल्स चर्च की शाखाएं

ऑल पीपल्स चर्च के विषय में

ऑल पीपल्स चर्च (एपीसी) का दर्शन बैंगलोर शहर में नमक और ज्योति, और भारत देश और संसार के राष्ट्रों के लिए एक आवाज़ बनना है।

एपीसी में हम पवित्र आत्मा के अभिषेक एवं सामर्थ्य के साथ संपूर्ण एवं किसी प्रकार का समझौता न करते हुए वचन की शिक्षा देने के प्रति समर्पित हैं। हम विश्वास करते हैं कि उत्तम संगीत, सृजनात्मक प्रस्तुति, आधुनिक तंत्रविज्ञान आदि आदि चिन्ह, अद्‌भुत कार्य, आश्चर्यकर्म और पवित्र आत्मा के वरदानों के साथ पवित्र आत्मा की सामर्थ में वचन का प्रचार करने की परमेश्वर द्वारा निर्धारित पद्धतियों का स्थान कभी नहीं ले सकते (1 कुरि. 2:4,5; इब्रा. 2:3,4)। हमारा विषय यीशु है, हमारी विषयवस्तु वचन है, हमारा तरीका पवित्र आत्मा की सामर्थ है, हमारा जुनून लोग हैं, और हमारा लक्ष्य मसीह समान पविपक्वता है।

वर्तमान में ऑल पीपल्स चर्च नीचे दिये पतों पर स्थित हैं।

ऑल पीपल्स चर्च –बंगलौर (कर्नाटक)
ऑल पीपल्स चर्च –मंगलौर (कर्नाटक)
ऑल पीपल्स चर्च –कल्याण मुम्बई (महाराष्ट्र)
ऑल पीपल्स चर्च –ब्रम्हपुर (उड़ीसा)
ऑल पीपल्स चर्च –नागपुर (महाराष्ट्र)
ऑल पीपल्स चर्च –रायचूर (कर्नाटक)
ऑल पीपल्स चर्च –पुणे (महाराष्ट्र)
ऑल पीपल्स चर्च –दिमापुर (नागालैंड)
ऑल पीपल्स चर्च –कोहिमा (नागालैंड)

समय–समय पर नयी कलीसियाओं की स्थापना हो रही है। वर्तमान सूची ऑल पीपल्स चर्च के साथ सम्पर्क करने या अध्कि जानकारी के लिए कृपया आप हमारी वेबसाइट www.apcwo.org में जायें, अथवा contact@apcwo.org पर ई–मेल भेजें।

बाइबल कॉलेज

विश्वसनीय एवं योग्य स्त्री और पुरुषों को सुसज्जित करने, प्रशिक्षित करने और भारत तथा अन्य देशों में सेवा हेतु भेजने के उद्देश्य से ऑगस्ट 2005 में ऑल पीपल्स चर्च – बाइबल कॉलेज एवं मिनिस्ट्री ट्रेनिंग सेन्टर (APC - BC& MTC) की स्थापना की गई, ताकि गांवों, नगरों और शहरों को यीशु मसीह के लिए प्रभावित किया जा सके।

APC - BC& MTC दो कार्यक्रम प्रदान करता है :

- दो साल का **बाइबल कॉलेज** कार्यक्रम पूर्णकालीन विद्यार्थियों के लिए है और उत्कृष्ट शिक्षा के साथ आत्मिक और व्यवहारिक सेवा प्रशिक्षण प्रदान करता है। दो वर्षीय कार्यक्रम पूरा करने के बाद विद्यार्थियों को **डिप्लोमा इन थियोलॉजी ॲण्ड क्रिश्चियन मिनिस्ट्री** (Dip. Th.& CM) प्रदान की जाएगी।
- प्रेक्टिकल मिनिस्ट्री ट्रेनिंग बाइबल कॉलेज के उन पद्वीधरों के लिए है जो व्यवहारिक प्रशिक्षण पाना चाहते हैं। एक या दो साल पूरा करने वालों को **सर्टिफिकेट इन प्रेक्टिकल मिनिस्ट्री** प्रदान किया जाएगा जो उनके प्रशिक्षण काल को दर्शाता है।

कक्षाएं अंग्रेजी में होती हैं। हमारे पास प्रशिक्षित तथा अभिषक्त शिक्षक हैं।

इसके अतिरिक्त, सन 2012 में, चाम्पा क्रिश्चियन हॉस्पिटल की सहभागिता से हमने चाम्पा, छत्तीसगढ़ में अपने प्रथम अल्पकालीन (2.5 महीने) कार्यक्रम का संचालन किया। हमने इस कॉलेज से 45 विद्यर्थियों को प्रशिक्षित किया।

क्या आप उस परमेश्वर को जानते हैं जो आपको प्यार करता है?

लगभग 2000 वर्ष पहले परमेश्वर इस संसार में एक मनुष्य बनकर आए। उनका नाम यीशु है। उन्होंने पूर्ण पापरहित जीवन जीया। चूँकि यीशु मानव रूप में परमेश्वर थे, उन्होंने जो कुछ कहा और किया उसके द्वारा हमारे समक्ष परमेश्वर को प्रकट किया। उन्होंने जो वचन कहे वे परमेश्वर के ही वचन थे। जो कार्य उन्होंने किये वे परमेश्वर के कार्य थे। यीशु ने बहुत से चमत्कार इस पृथ्वी पर किये। उन्होंने बीमारों और पीड़ितों को चंगा किया। अंधों को आंखें दीं, बहिरों के कान खोले, लंगड़ों को चलाया और हर प्रकार की बीमारी और रोग को चंगा किया। उन्होंने चमत्कार करके कुछ रोटियों से बहुतों को खाना खिलाया था। तूफान को शान्त किया और अन्य बहुत से अद्‌भुत काम किए।

ये सभी कार्य हमारे समक्ष यह प्रकट करते हैं कि परमेश्वर एक भला परमेश्वर है जो यह चाहता कि मनुष्य ठीक, स्वस्थ और प्रसन्न रहें। परमेश्वर मनुष्यों की सभी आवश्यकताओं की पूर्ति करना चाहता है।

परमेश्वर ने मानव बनकर इस पृथ्वी पर आने का निश्चय क्यों किया? यीशु इस संसार में क्यों आए?

हम सबने पाप किया है और ऐसे काम किए हैं जो परमेश्वर के समक्ष ग्रहण योग्य नहीं हैं जिसने हमें बनाया है। पाप के परिणाम होते हैं। पाप एक बड़ी दीवार की तरह परमेश्वर और हमारे बीच में खड़ी है। पाप हमें परमेश्वर से अलग करता है। वह हमें उसे जानने और उससे अर्थपूर्ण सम्बन्ध स्थापित करने से रोकता है जिसने हमें बनाया है। अत: हममें से बहुत से लोग इस खालीपन को अन्य वस्तुओं से भरना चाहते हैं।

हमारे पापों का एक और परिणाम यह है कि हम परमेश्वर से सदा के लिए दूर रहते हैं। परमेश्वर के न्यायालय में पाप का दण्ड मृत्यु है। मृत्यु परमेश्वर से सदा के लिए अलगाव है जो हमें नर्क में बिताना पड़ेगा।

परन्तु शुभ समाचार यह है कि हम पाप से मुक्त होकर परमेश्वर से सम्बन्ध रख सकते हैं। बाइबल कहती है, **''पाप की मजदूरी (भुगतान) तो मृत्यु है, परन्तु परमेश्वर का वरदान हमारे प्रभु मसीह यीशु में अनन्त जीवन है''** (रोमियों 6:23)। यीशु ने सारे संसार के पापों के लिए मूल्य चुकाया जब उसने क्रूस पर अपने प्राण दिये। तब तीसरे दिन वह जीवित हो गए, बहुतों को उन्होंने अपने आपको जीवित दिखाया और तब वह वापस स्वर्ग चले गए।

परमेश्वर प्रेम और दया का परमेश्वर है। वह नहीं चाहता कि कोई भी नर्क में नाश हो। इसलिए वह आया ताकि सारी मानव जाति को पाप से छुटकारे और उसके अनन्त परिणामों

से बचा सके। वह पापियों को बचाने– आप और मुझ जैसे लोगों को पाप और अनन्त मृत्यु से बचाने आया था।

पाप की निशुल्क क्षमा प्राप्त करने के लिए बाइबल हमें बताती है कि हमें केवल एक काम करना है–जो कुछ उसने क्रूस पर किया उसे स्वीकार करना और उस पर पूर्ण हृदय से विश्वास करना है।

जो कोई उस पर विश्वास करेगा, उसको उसके नाम के द्वारा पापों की क्षमा मिलेगी (प्रेरितों के काम 10:43)।

यदि तू अपने मुंह से यीशु को प्रभु जानकर अंगीकार करे और अपने मन से विश्वास करे, कि परमेश्वर ने उसे मरे हुओं में से जिलाया, तो तू निश्चय उद्धार पाएगा (रोमियों 10:9)।

आप भी अपने पापों की क्षमा और उनसे छुटकारा पा सकते हैं यदि आप प्रभु मसीह पर विश्वास करें।

निम्नलिखित एक साधरण प्रार्थना है ताकि इससे आपको यह फैसला करने में और प्रभु यीशु मसीह के द्वारा आपके लिए किए क्रूस के कार्य पर विश्वास करने में सहायता कर सके। यह प्रार्थना आपकी सहायता करेगी कि आप यीशु के कार्य को स्वीकार करके अपने पापों की क्षमा और उनसे छुटकारा पा सकें। यह प्रार्थना मात्र एक मार्गदर्शिका है। आप अपने शब्दों में भी प्रार्थना कर सकते हैं :

प्रिय प्रभु यीशु, आज मैंने समझा है कि आपने मेरे लिए क्रूस पर क्या किया था। आप मेरे लिए मारे गए! आपने अपना बहुमूल्य रक्त बहाया और मेरे पापों की कीमत चुकाई ताकि मुझे पापों की क्षमा मिले। बाइबल मुझे बताती है कि जो कोई आप में विश्वास करता है उसे उसको पापों की क्षमा मिलती है।

आज मैं आपमें विश्वास करने और जो कुछ आपने मेरे लिए किया है, उसको स्वीकार करने का फैसला करता हूँ, कि आप क्रूस पर मारे गए और फिर जीवित हो गए। मैं जानता हूँ कि मैं अपने आपको अच्छे कामों के द्वारा नहीं बचा सकता हूँ। मैं अपने पापों की क्षमा कमा नहीं सकता हूँ।

आज मैं अपने हृदय में विश्वास करता हूँ और मुँह से कहता हूँ कि आप मेरे लिए मारे गए। आपने मेरे पापों का दण्ड चुकाया। आप मृतकों में से जीवित हो गए और आपमें विश्वास करने के द्वारा मैं अपने पापों की क्षमा और पाप से छुटकारा प्राप्त करता हूँ।

प्रभु यीशु धन्यवाद। मेरी सहायता करें कि मैं आपको प्रेम कर सकूँ। आपको और अधिक जान सकूँ और आपके प्रति विश्वासयोग्य रह सकूँ। आमीन!

निंदा, चुगली, बदनामी, पीठ पीछे छूरा भोंपना, और अफवाह फैलाना आदि बातों में लोग व्यस्त हो जाते हैं यह न जानते हुए कि उनका व्यक्ति, समाज और कार्य परिवेश और अन्य सामाजिक रचनाओं पर कैसा नकारात्मक प्रभाव पड़ता है। छोटी बात कही जाने वाली निंदा से लोगों को चोट लगती है, समाज विभाजित हो जाते हैं, कार्य वातावरण शत्रूतापूर्ण और निरूपयोगी हो जाता है। निंदा वह जंगली घास है जिसे यदि जल्द ही हटा न दिया जाए, तो वह सुन्दर बगीचे को बर्बाद कर देती है। यह छोटी सी पुस्तक निंदा के विषय पर पवित्र शास्त्र की शिक्षा से हमें सावधान करती है, इस जीवनशैली से छुटकारा पाने हेतु हमारी सहायता करती है और निंदा से निपटने के कुछ व्यवहारिक चरण प्रस्तुत करती है। हमें आशा है कि यह पुस्तक किसी रीति से संस्थाओं को कार्यस्थल में स्वस्थ वातावरण, शिक्षा संस्थाओं में विद्यार्थियों के मध्य मित्रतापूर्ण एवं सहायक रिश्तों का पोषण करने में, और समाज के लोगों में एक दूसरे के प्रति प्रेम और परवाह का बोध उत्पन्न करने में सहायक हो। हम निंदा का अंत करें!

All Peoples Church & World Outreach
319, 2nd Floor, 7th Main, HRBR Layout,
2nd Block, Kalyan Nagar, Bangalore 560 043
Karnataka, INDIA

Phone: +91-80-25452617, +91-80-65970617
Email: contact@apcwo.org
Website: www.apcwo.org